

POCHI CONSIGLI

SOPRA

I BAGNI DI MARE

PEL DOTTOR

GIOVANNI PAGANO

Diamantese

Medico dell'Ospedale degl'Incurabili, e Socio di varie Accademie Nazionali e Straniere.



NAPOLI

TIPOGRAFIA ALL'INSEGNA DEL DIOGENE

Strada Montesanto n.° 51

—
1842

Alcune regole pratiche chiare e metodiche per dirigere la condotta delle persone che fanno uso del bagno di mare, non saranno, spero, riguardate come un'aggiunta superflua all'attuale quantità di produzioni che hanno per oggetto la conservazione della salute.

BUCHANAN.

Poichè si è adempito a quanto prescrive la legge ;
tutte le copie non munite della cifra dell'Autore si
avranno come falsificate.



INTRODUZIONE

È debito di ogni uomo di aiutare il suo simile sì con le opere, e sì co' consigli; massime quando egli si avveda di certa spensieratezza, e scioperaggine con che si usano talune cose che risguardano la sanità, e la vita. Sembra pertanto che tale obbligo stringesse più dappresso i medici, cui incombe la pubblica salute.

Or tanto per esso dovere, quanto per solvere una promessa fattane ai miei garbatissimi clienti, venni nel proposito di dar fuori questi *Pochi Consigli sui Bagni di Mare*. Infatti io mi pensai non essere cosa da pigliare a gabbo quella di andarsi a tuffare nelle acque marine così alla spensierata; perocchè molti malanni possono tener dietro a questa trascuratezza; così alcuni riportarono dal bagno di mare dolori per le giunture, altri, convulsioni, e molti, dolori di testa, capogirli, infralimento delle forze, insulti apopleatici, arresto

*

di alcuni flussi abituali, innasprimento di alcune indisposizioni, ed altre maniere di mali: giustamente diceva Buchand « può appena dubitarsi che un mezzo di migliorare la salute, così universalmente impiegato, comè è presentemente il bagno di mare, debba spesso essere male adoperato ».

Per la qual cosa è molto necessario, che ciascuno esamini il suo corpo, veggia se gli convenga o no il bagno, e non ignori certe regole; perchè per tal modo, plaudente ogni circostanza, possa scender lieto nel bagno, e fruire di questo bel dono di natura.

Per tale intendimento io discorrerò brevemente le materie di questo libriccino; ed anderò man mano toccando l'origine ed un cenno storico de' bagni; le proprietà fisiche, e chimiche dell'acqua marina; i casi in cui si possono praticare, le circostanze che ne inibiscono l'uso, le regole da serbarsi, ec.

Mi auguro pertanto che i benigni lettori gradiscano le mie rette intenzioni; e ne traggano profitto.

ARTICOLO I.

ORIGINE DEI BAGNI

Mal si apporrebbe colui che, volendo rimontare all'origine di alcuni usi naturali, o determinarne l'antichità, andasse rifrustando i volumi, e non la natura. Chè noi abbiamo in noi medesimi una forza potentissima, la quale, mirando mai sempre alla nostra conservazione, ci è guida e maestra di tanti atti, e tante determinazioni. Per essa, bambini, ricerchiamo la poppa; adulti, amiamo il bel sesso; padri, portiamo tenero amore pei figli; infermi, agogniamo il riposo; raffreddati, desideriamo il calore, ed accalorati, il fresco; e per essa tutti gli animali cercano il cibo, si riposano, vanno in amori, si riproducono, e conservano.

Or questa forza, che chiamasi *Istinto*, dovette suggerire all'uomo l'uso de' bagni; comechè messo egli nello stato di accaloramento tanto per la stagione, quanto

per gli esercizi, naturalmente va in busca dell'acqua sì per abbeverarsene, e sì per aspergersene. A ciò arroi la naturale lordura, cui facilmente andavan soggetti i primi uomini; non pure per le vesti ruvide, insozzate, e mal connesse; ma eziandio per la caccia, per la pastorizia, e per gli altri usi ed esercizi campestri; la quale dovette fargli pensare a torsi di sopra con le lavande quel sudiciume che apportava loro bruttezza, e pizzicori.

Quindi dapprima l'istinto, e poi una natural pulitezza tradussero l'uomo a far uso de' bagni, il quale in seguito, comechè fornito di ragione e discernimento, sperimentati i vantaggi che veniangliene, dovette essere premuroso di continuare in tale uso.

Perilchè si scorge evidentemente, che l'origine dei bagni rimonta alla più remota antichità; anzi è surta coll'uomo.

ARTICOLO II.

SCIZZO STORICO

Sperimentata l'utilità de' bagni sì per ammorzare il soverchio calore, e sì per rinettare il corpo, non si dovette ritardare a provarli nelle malattie, massime ne' pri-

mi tempi in cui pativasi difetto di rimedi; ed a scorgerli proficui contro alcune maniere di mali; epperò non rechi sorpresa se fossero venuti in gran riputazione presso tutte le genti.

Gli Egiziani facevano continuo uso dei bagni; non solo per rattemprare l'arsura del clima; ma benanche per mantenere una scrupolosa e ricercata pulitezza; cosicchè al riferir di Diodoro, le donne non tanto badavano ad aggiustar la chioma, quanto ad imbianchire, e reuder morbida la pelle con le frequenti lavande. In ogni giorno ivano a bagnarsi nelle acque del Nilo, soprattutto dopo di essersi cibati; comechè credevano, che il cibo e'l bagno uniti assieme tendessero a fare ingrassare. Fu per questa usanza che la figlia di Faraone s'imbattè nella cestella che conteneva quel fanciullino, che un tempo doveva essere condottiero di un popolo, ed oprare mille prodigi (1). Anzi era tale l'opinione che si aveva delle acque del Nilo, che non si tardò a trascorrere nelle superstizioni: infatti si crede-

(1) *Ecce autem descendebat filia Pharaonis ut laveretur in flumine, et puellae ejus gradiabantur per crepidinem alvei; quae cum vidisset fiscellam in papyrione, misit unam e famulabus suis, et allatam aperiens, cernensque in ea parvulum vagientem, misertus ejus ait, de infantibus Haebreorum est hic. Exod. Cap. II.*

va che purgassero l'animo ; sicchè , come narra Erodoto (1) , dopo aver commessi i falli , andavansi a tuffare in quel fiume ; e prima di dar mano alle offerte si lavavano supponendo , che così riuscissero più accette ai loro dèi. Perciò Filadelfo Re di Egitto , maritata Berenice , sua figlia , ad Antioco Re di Assiria , volle , che pria di partire , si provvedessero delle acque del Nilo , e seco loro le portassero (2).

I Greci anche ebbero il costume di bagnarsi ; non solo perchè trafficando con gli Egizj , dovevano scambiare le usanze ; ma benanche perchè , uscendo intrisi di sudore e polvere dai giuochi Olimpici , Nemei , e Pitici , dovevano lavarsi da quelle lordure.

Melampo , medico ellenico , viaggiato l'Egitto , e ritornato in Grecia , riportòvi l'uso de' bagni ; talchè non tardò ad adoprarli anche in alcune malattie con suo molto onore , e buon prò ; poichè , guarite per questo mezzo dalla pazzia le figliuole di Preto Re di Argo , ebbesi in ricompensa la metà del reame , e una delle sue ammalate per moglie (3). Figurisi ognuno quanta riputazione si acquistassero i

(1) *Histor. Lib. I.*

(2) *Plin. Hist. Nat. Lib. VI.*

(3) *Plin. Hist. Nat. Lib. XXV. Cap. V.*

bagni nella Grecia dopo di questo evento. Tutti ne facevano uso avanti pranzo, e dopo delle grandi fatiche, e della guerra, e, fosse anche rigidissimo il verno, dovevano bagnarsi per lo meno un sette od otto volte al giorno (1). Omero racconta che Diomede, ed Ulisse lavavansi nel mare in sul far del giorno (2); e che le pulzelle, che facevan cortèo alla real donzella Nausieaa, diguazzavano nelle acque senza riguardo nè di stagione, nè di temperie (3).

Ne minor riputazione godevano i bagni presso i Macedoni; anzi facevasene gran conto; e per fatto il Re Filippo castigò un suo Generale che aveva usata la viltà di bagnarsi nelle acque calde, quando che persino il debil sesso non aveva ritegno di tuffarsi nelle fredde (4); ed Alessandro suo figliuolo, se Quinto Curzio (5) ci narra il vero, preso da febbre, dormiva nel bagno freddo.

(1) *Sed aut a bello reversi, aut magno labore transacto digressi lavarentur. Erat igitur iis balneum laboris, aut belli monumentum, sicut et ipsum lavari. nunc vero alii non prius edunt, quam laverint, alii vero etiam accepto cibo lavantur, inde videlicet sumpturi cenam, et est nunc balneum nihil aliud, quam via ad cibum. Artemid. Duld. lib. I.*

(2) Ill. Lib. V.

(3) Odyss. Lib. VII.

(4) Athen. Lib. II. Cap. II.

(5) Histor. Lib. II. cap. V.

Non vi fu nazione che avesse tanto in pregio i bagni, quanto la Romana: sì per l'esercizio del nuoto, presso di essa usitatissimo, e sì per lavarsi dalle sozzure, e per guarirsi dalle malattie ricorrevasi spessissimo ad essi. Pertanto salirono in altissima nomanza, quando riuscì al medico Antonio Musa di liberare, la loro mercè, Orazio (1) da alcuni dolori degli occhi, e di guarire l'Imperatore Augusto sì prima che dopo la spedizione di Biscaglia (2); per questo il Senato fece innalzargli una magnifica statua di bronzo, che fu posta allato ad Esculapio (3). Infatti si eressero edifizii superbissimi, frà quali furono celebrati quelli di Agrippa, Caracalla, Nerone, e Diocleziano: si consecrarono agl'iddii: si guernirono di biblioteche; talchè molte opere furono composte nei bagni: Augusto, al dir di Svetonio (4), componevavi di belli epigrammi, ed i Poeti vi reci-

(1) . . . nam mihi Bajæ

*Musa superacuas Antonius, et tamen illis
Me fuit invisum, gelida quum perluor unda
Per medium frigus; sane myrteta relinqui.
Dictaque cessantem nervis elidere morbum
Sulphura contempsit.*

Lib. I. Egist. XV.

(2) Plin. Histor. Nat. Lib. XXIX. Cap. I.

(3) Rosin. Aul. Tom. de Bal. Cap. XIV.

(4) Svet. in Aug. Cap. 59.

tavano molte composizioni; epperò il Venosino disse

*In medio qui
Scripta foro recitent, sunt multi quique lavantes.
Suave locus voci resonet conclusus.*

Lib. I set. IV.

Si ordinò, che gli artigiani in sul chiudersi del giorno andassero a lavarsi; e che coloro che ritornavano di campagna non potevano intervenire nè nel foro, nè nelle adunanze, se pria non si fossero bagnati. I grandi ed i ricchi avevano i bagni nelle proprie abitazioni, e, per maggior comodo, vicino alle sale da pranzo (1): non però di meno eranvi i bagni per li poveri, e per le donne, e gli uomini: e quantunque Catone il Censore non degnasse bagnarsi nemmeno col figlio, pure gl'imperatori Tito, Adriano, e Severo, spessissime fiate bagnavansi commischiat al popolo.

I bagni sono anche in molto uso presso i popoli moderni. I Moscoviti, più che ogn'altro, ne abusano sì per divertimento, e sì per rinettarsi dalle lordure, e liberarsi da alcune malattie: nella Norvegia se ne servono spessissimo: i Negri dell'Africa parimente, anzi le donne,

(1) *Pro hinc cubiculo te refer, et lectulo lassitudinem revove, et ex arbitrio lavacrum pete. Apuljo Metamor.*

• dopo aver partorito , si tuffano nelle acque col neonato (1). Nella Polonia ognuno , a simiglianza de' Romani , tiene nella propria casa il bagno , e ne fa uso in ogni tempo e stagione. I Turchi anche li anno in gran pregio , e credono che per essi rimangono liberati dalle colpe ; di modo che , sebbene avessero in molta gelosia le donne , pure le permettono di lavarsi due volte la settimana. Nelle Indie vi anno usi curiosi intorno a ciò : il bagno presso gl' Indiani è un mezzo di confermare il matrimonio ; infatti lo sposo , la sposa , ed un sacerdote , conducendo seco loro una vacca , s'immergono nelle acque , e dimorarvi in fino a che , questi , alzata la voce , annunzia ai parenti il matrimonio essere confermato (2) : credono ancora , che il morir beato sia quando si esala l'ultimo fia' o tra le acque ; epperò immergono completamente gli ammalati che sono prossimi a morire (3).

Finalmente gl' Inglesi , gli Olandesi , i Francesi , e gl' Italiani fanno uso de' bagni , soprattutto i primi , i quali anno cos'rutti a tal uopo magnifici stabilimenti in Margate , e nell' isola Thanot. In somma

(1) Hoffman. Diss. med.

(2) Therenor. Voyag. Lib. II. Cap. X.

(3) Battel. nel Purch. Vol. II. Reunus Viag. Vol. 111.

non vi è stata ne vi è nazione che non abbia fatto , o non faccia uso de' bagni sì per procurarsi refrigerio nella stagione caldosa , e sì per lavarsi dalle lordure del corpo , e per liberarsi da ta'une indisposizioni.

ARTICOLO III.

PROPRIETÀ FISICHE DELL'ACQUA DI MARE

Le proprietà fisiche dell'acqua marina patiscono mille variazioni; comechè sono assaissime le metamorfosi cui va soggetta , e moltissimi i rapporti che serba con gli altri corpi della Natura. Infatti essa perennemente si commischia con le acque torbide dei fiumi ; riceve a quando a quando le piogge , e più spesso i vapori che, finito il giorno, scendono a brina ; svaporandosi per lo calore del sole, e della terra, si altera in mille modi; lambisce i lidi, e s'impregna di varie sostanze ; ed è in cotidiano contatto con mille corpi , e mille cose. Perlochè qui è limbida , là è torbida; in quel luogo è freddissima in quell'altro è temperata; colà è salmastra , costà è amara o men salsa : pertanto, generalmente parlando mantiene certi caratteri costanti, o, per lo meno, sperimentati tali per numerose sperienze.

Il sapore dell'acqua marina pura è semplicemente salmastro, o salso-amaro, ed infatti sempre tale si scontra quando la si attinge in alto mare: però lunghezzo le riviere, comechè insozzata di altri corpi, è spiacevole e piecante, e vicino ai fiumi, perchè diluita, è quasi che dolce. Siffatto sapore dipende dai sali che contengonovisi, e propriamente il salso dal muriato di soda, e l'amaro dal muriato di magnesia.

Atteso questo sapore sgradevole non fia meraviglia se l'acqua di mare non è adattabile per ordinaria bevanda, e per smorzare la sete, che anzi l'accresce manifestamente: e sebbene il Capitano Cook asserisca, che i Pasquiotti giornalmente la bevano, pure si à buone ragioni di dubitarne; che d'altronde si sa, che i figliuoli dei marinai, eui Pietro il Grande voleva abituare a beberla, quasi tutti perirono.

Pertanto si è conosciuto che il ritrovare un ripiego, che rendesse bevibile l'acqua marina, sarebbe utilissima cosa pe' marinai, che spesso debbono far uso di acque putrefatte. A tal uopo si sono inventate molte macchine, le quali sebbene fossero state in mille modi modificate pure non ànno per anco toccata quella perfezione, che si richiederebbe. Una è la ma-

novra perfetta per ridonare questa qualità all'acqua di mare, ed è una manovra naturale, ossia la congelazione; poichè nel congelarsi perde l'idroclorato di soda, per modo che i ghiacciuoli di cui si cuopre non sono salati, e liquefattisi, danno un'acqua bevibile, purchè abbiassi l'avvertenza di sbatterla al contatto dell'aria, affinchè, acquistatane la dose necessaria, riuscisse gradevole al gusto, ed utile per la salute.

La temperatura del mare ordinariamente è più bassa dell'atmosferica, e mai sempre mantiensì fredda, sebbene debba variare a tenore delle stagioni, climi, ed altre circostanze; così vicino ai fiumi, ed allo scogliere è più fredda che altrove: nella està è nelle regioni meridionali è calda, mentre nell'inverno e nelle regioni settentrionali è fredda: inoltre di està n'è più calda la superficie, che il fondo, e nel verno tutto all'opposto; dimodochè dietro le tempeste di està le acque son fredde, mentre dopo quelle d'inverno sono calde: e finalmente varia persino secondo le ore del giorno, e i venti che spirano.

Il colore dell'acqua di mare è come quello delle altre, ma guardate nel tutt'insieme sembrano cerulee, però esso varia a tenore del fondo, o del cielo, ed

anche delle altre acque che unisconovisi ; talchè muta sensibilmente nelle marce , e vieppiù nelle tempeste.

L'odore è tutto particolare , ed in generale sembra nauseoso , sebbene diversifica a tenore de' luoghi ove si rinviene , de' corpi stranieri che contiene , e di mille altre circostanze.

Il mare sebbene rinchiuso fra i lidi , pure à un movimento spontaneo , e tutto a se , per lo quale si formano man mano le onde , che poscia arrivate in lido si sfioccano in schiuma bianca : questo movimento mantiene , per dir così , la vita nelle acque marine , ed è da porsi a calcolo nel computo degli effetti del bagno.

ARTICOLO IV.

PROPRIETÀ CHIMICHE

L'acqua di mare contiene moltissimi sali , i quali anche variano per la quantità e pel numero a seconda delle diverse circostanze discorse nel precedente articolo ; per questo le analisi chimiche hanno offerto molte varietà , e Murray crede , che i sali scopertivi siano in buona parte il prodotto delle stesse operazioni analitiche. Che che ne sia di ciò egli è certo che l'acqua di mare contiene idroclorato

di soda, di magnesia, e di calce; carbonati di magnesia e di calce; solfato di soda, di calce, e di magnesia; e molti residui di sostanze vegetali ed animali. Pertanto pel motivo testè cennato le analisi chimiche han presentato alcune diversità. Così una pinta, o 28, 875 pollici cubici di acqua marina presa in vicinanza della spiaggia di Brighthelmestone contiene.

	gr.
Muriato di Soda	228,75
— di Magnesia.	58,25
Solfato di Calce.	8,50
Muriato di Calce.	5,00
Materia estrattiva vegetale ed animale	6,50
Totale	287,00

Una egual quantità di acqua presa in riva a Margate dette all'analisi

Muriato di Soda	230,25
— di Magnesia.	60,00
— di Calce.	3, 5
Solfato di Calce.	8,00
Materia estrattiva animale e vegetale.	8,00
Totale	310,00

Pari quantità di acqua attinta lunghe-
so la spiaggia di Ramsgate comprende

Muriato di Soda	230,75
— di Magnesia	59,00
— di Calce.	1,50
Solfato di Calce.	6,00
Materia estrattiva animale e ve- getabile	10,50
Totale	308,75

Una quantità simile di acqua presa a
160 braccia di profondità nel canale d'Ir-
landa, ha offerto

Muriato di Soda	189,25
— di Magnesia.	60,75
Solfato di Calce.	12,00
Muriato di Calce	3,25
Materia estrattiva animale . . .	2,00
Totale	267,15

In fine in vicinanza di Livorno furono
attinte sei libbre di acqua marina, e, sva-
porate, lasciarono una posatura di tre on-
ce e mezza; la quale, esaminata attenta-
mente, dette sopra cento parti.

Muriato di Soda	56,00
— di Magnesia.	19,16
Solfato di Calce.	1,00
— di Magnesia	20,18

Muriato di Calce.	3,33
Perdita	33
Totale	100,00

Pertanto il sale che più abbonda nell'acqua del mare è il muriato di soda. Quest'abbondanza del sal marino mosse la curiosità di alcuni, e vollero indagarne la cagione; tal che supposero, che in fondo al mare fosservi delle miniere di esso sale, dalle quali, le acque il ritraessero: ma eglino presero l'effetto per la cagione, comechè e facile, che, per le svariate metamorfosi, l'acqua marina si lasci cadere il muriato di soda, il quale va a fare immense posature nel fondo. Intanto lasciando ad altri di arzigogolare sulla cagione di tal fenomeno, a noi giova conoscere, che la quantità del sal marino non è la stessa, ma varia a tenore di tante circostanze. Buchand accerta, che il mare è meno salso vicino ai poli, che all'equatore: forse ciò deriva dai differenti gradi di evaporazione: nel Baltico a malo stento rinviensene un quarto di oncia per ogni libbra; a riva la Gran-Brettagua avviene un oncia ad un bel circa, due nel Mediterraneo, e tre nell'Atlantico. Odier poi vorrebbe dubitare di cosiffatte proporzioni; e Mulgrave, Baumè, e Puges

in seguito di esperimenti affermano essere poco valutabili coteste variazioni. Ad ogni modo esse vi dènno essere , poichè gli scambi, e le tramutazioni naturali , cui avvengono nel mare sono presso che innumerevoli; e per questo motivo sì le analisi, che le opinioni si fanno a capelli.

ARTICOLO V.

FENOMENI CHE PRODUCE NEL NOSTRO CORPO IL BAGNO DI MARE.

Sono assaissimi i fenomeni cui da origine il bagno di mare , e nessuno se ne sorprenda ; poichè dall' uno de' lati la nostra pelle non è una semplice copertura del nostro corpo no , ma è organo sensibilissimo , che serba rapporti d' importanza con le altre parti , ed è addetta ad uffizi delicatissimi ; e dall' altro le acque marine posseggono molte belle qualità , che molti fenomeni debbono cagionare. Intanto noi , dovendone discorrere , li divideremo in due classi : nella prima contempleremo quelli che accadono in tempo del bagno , e nella seconda gli altri che seguono il bagno.

Fenomeni durante il bagno.

Quando i nostri sensi son colpiti ad un tratto da nuove impressioni, l'animo prova un tumulto, e resta perplesso, ed indeciso nello sceveramento delle sensazioni; però finito quel primo trambusto, e familiarizzatosi, direi, colle impressioni, le v'è man mano esaminando, e ravvisando. Infatti nel primo aprirsi di una scena tu vedi sì molte cose, ma non ne conosci alcuna se dopo breve lasso di tempo, terminato quel primo assalto della vista, non affissi lo sguardo: parimenti nel primo tocco di un'orchestra tu senti sì quel complesso di suoni, che diciamo armonia, ma in quell'istante non puoi giudicare qual sia il tale od il tal altro strumento, se pria non termini quel primo movimento, e non poni man mano attenzione coll'orecchio.

Simili cose, per simili cagioni, avvengono nel bagno. Colui che si tuffa nel mare per la prima volta, sente tante cose avverte in se molti movimenti, ma non ti sa dir che sente, è una confusione, un misto di freddo, oppressione, stringimenti, brividi trascorrenti, tremori, affanno, sospiri, palpiti, ec. Ma da lì a poco, finito quel tumulto, e racchetate

le cose, si distinguono gli effetti seguenti.

Freddo più o meno intenso, il quale va gradatamente minorando, a tenore che si equilibra la temperatura del corpo con quella delle acque; e dopo qualche tempo va crescendo secondo che, pel variar de' siti, l'acqua sottrae calore; in modo che talvolta ascende ad alto grado: la pelle si fa scolorita in sul principio, e poscia abbrunita in più parti; si corruga, e gremisce di tanti bitorzoletti, che sono i bulbi de' peli: il volume del corpo si restringe notabilmente; cosicchè gli anelli che avanti'l bagno stringevano fortemente le dita, ora cadono facilmente: il viso è scolorito, ed il capo, se è libero in principio, soffre qualche patimento in prosieguo, come sarebbero capogirli, ed anche oppressioni e dolori: si avverte uno stringimento al petto, ed i polmoni sono affannosi, e patiscono lieve pena nel dilatarsi; il cuore in principio batte tumultuosamente, ma poscia si raccheta, o si muta a seconda delle circostanze: il polso varia in melle guise; così Currie osservava diminuire le pulsazioni a 15 per minuto, e divenire teso, e piccolo; all'opposto Buchand affermava rendersi più celere ed impronto, poichè, fatto sopra se stesso l'esperimento, osservò che mentre pria del bagno il suo polso dava 72

battiti, durante il bagno davane 100, e 102 per minuto: la traspirazione resta rammezzata, tuttociò che doveva mandarsi via pel suo mezzo, ripiomba nelle vie urinarie; talche le orine si accrescono sensibilmente, e sogliono essere tenui e scolorite: le forze muscolari non si alterano in sino a che si sta in riposo, o per lo meno si eseguiscano moti moderati; ma ben tosto s'infiacchiscono, ove si facciano movimenti scompigliati e lunghi: le altre funzioni si mantengono nello stato ordinario, o patiscono poche variazioni.

Questi fenomeni si debbono a tante cagioni, che si uniscono nel bagno marino, cosicchè la temperatura, la pressione dell'acqua marina, maggiore delle altre acque, i sali che contengonovisi, e simili cose concorrono ognuna dal suo lato.

È facile poi il supporre, che essi fenomeni debbono variare, ed essere più o meno valntabili secondo molte circostanze individuali ed esterne; di forma che i ragazzi, le donne, i sensibili, i deboli, ed i non usati al bagno, li sperimentano più intensamente che i giovani, gli uomini, i robusti, e gli abituati; tal che i marinai, che sono in cotidiano contatto colle acque marine ne provano pochi o nessuno.

Fenomeni dopo del Bagno.

Ora scendiamo a discorrere de' fenomeni che avvengono dopo del bagno, i quali debbono diversificare da primi; perocchè lo stato del corpo muta per la mutazione de' mezzi.

Come si esce dalle acque la sensazione del freddo sembra accrescere, ed infatti i brividi si fanno più spessi, e sono accompagnati da tremore delle membra, scuotimenti delle mascelle: ciò può sembrare un paradosso, poichè la temperatura dell'atmosfera è mai sempre più calda di quella del mare; ma finirà ogni sorpresa tostochè si rifletta, che l'acqua di cui è aspersa la pelle si svapora al contatto dell'aria, e che i corpi passando dallo stato liquido al vaporoso sottraggono calorico alle cose circostanti; per ilchè necessariamente si deve accrescere il freddo quando lo svaporamento dell'acqua si fa a spese del calorico del corpo: per questo interviene, che ventando qualche brezzolina, esso freddo è più frizzante, comechè la evaporazione cennata è più pronta, e la sottrazione del calorico assai notevole.

Inoltre si avverte un giramento, ed anche dolore di testa se la dimora nel ba-

gno fu lunga; un infiacchimento più o meno sensibile di forze; e continua per altro poco qualcuno de' fenomeni descritti più sopra; ma, secondochè il corpo si asciuga, e si cuopre di vesti, cessano man mano, e tutte le funzioni si van rassettando; cosicchè la respirazione si fa libera; il petto è totalmente disinceppato; il polso riprende il suo ritmo naturale; la circolazione si raccheta; si sente un gran calore; non tarda a manifestarsi il sudore; il viso si colorisce; si suscita l'appetito, e la sete; e, tranne una certa fiacchezza delle forze, tutte le funzioni riprendono con usura il loro vigore.

ARTICOLO VI.

EFFETTI DELL' ACQUA DI MARE BEVUTA.

Ben altri effetti produce l'acqua di mare allorchè si beve. Quando è in piccola dose stimola lo stomaco, accresce l'appetito, suscita la sete, produce il sudore, sospinge leggermente la circolazione, promuove le orine, in somma inanima le fibre, e le avvia ad una più pronta azione. Questi effetti si debbono ai sali che contiene, e precipuamente al muriato di soda; poichè anche nello stato ordinario questo è quello che condisce le vivande con buon prò della salute; e quando si man-

gia senza di esso, oltre alla scipitezza, e sgradevolezza che si prova dal gusto, la digestione non si eseguisce prontamente.

Quando l'acqua marina si assume alla dose di dieci o dodici once non tarda a solleticare il ventre, e produrre buono effetto purgativo, il quale si deve attribuire, a preferenza di ogni altro sale, al solfato di Magnesia.

ARTICOLO VII.

MODO DI AGIRE.

Da quello che abbiamo detto ne' due ultimi articoli è facile il dedurre il modo di agire dell'acqua di mare, e non si può non riconoscervi una virtù stimolativa, affortificativa, ed astringente applicata per bagno; ed eccitativa, e purgativa, secondo la dose, presa internamente.

Questi utili effetti dipendono da molte cause unite assieme; cosicchè è da mettersi a calcolo 1.° la temperatura, la quale avendo un certo grado di moderata freschezza, sferza i solidi in modo piacevole, e produce que' buoni risultamenti che indarno si aspetterebbero da altre temperature eccedenti; 2.° la densità dell'acqua, la quale produce un utile effetto meccanico, che non si potrebbe avere dall'altre; 3.° i sali che abbondevolmente vi si con-

tengono, i quali debbono gradevolmente irritare la pelle, e far risentire all'interno i loro effetti: 4.° i movimenti delle onde; comechè le ondate sferzano utilmente il corpo, e lo muovono a più viva reazione: 5.° Finalmente non è da trasandarsi l'impressione che si prova nel vedersi in un mezzo inusitato, e nello spaziare lo sguardo per la tremula ed estesa superficie del mare; l'aria marina, la quale, meglio che le altre, è pura sì perchè le acque del mare assorbono ogni gas nocivo; e sì perchè mantienesi in continuo movimento per le odulazioni del mare, e per qualche aura di vento che a quando a quando spira.

Parimente gli effetti interni si debbono attribuire a più cagioni, come abbiamo discorso nel precedente articolo.

ARTICOLO VIII.

CASI IN CUI SI PUÒ FARE USO DE' BAGNI.

Conosciuti gli effetti che produce il bagno di mare, verremo ora ad indicare i casi ne' quali se ne può fare uso.

1. Uno de' principali motivi che fan determinare all'uso de' bagni è il rattenere il soverchio calore della stagione estiva; poichè talvolta è così attivo ed opprimente, che ti dinerba, ed infiacchi-

ace, e ti promuove abbondevoli sudori. Or in questo caso la temperatura delle acque del mare riesce sommamente a tor via siffatti incomodi.

2. Un secondo fine è il rinettarsi dalle sozzure del corpo. Sia qualunque l'attenzione che si usi nel mutare le biancherie e le vesti, mai sempre avviene, che pel sudore, e per altre circostanze la pelle s'insozza: la qual sozzura come quella che comporsi di materie straniere, ed acri, arreca alla cute pizzicori ed altri fastidi, che non solo disturbano il riposo, ma possono produrre eruzioni schifose, erpeti e prurigini; epperò è utile sgomberarla per mezzo de' bagni.

3. Se ne può far uso anche per certa debolezza usuale; così vi hanno alcuni individui, di fibra assai lassa, e di debole costituzione, i quali sono di pelle liscia, e scolorita, di carni flaccide, pigri nelle funzioni, e facilmente si stancano, anche dopo breve fatica. Or questi tali ritraggono molto giovamento dai bagni di mare, i quali, come abbiamo osservato più sopra, ravvivano le forze, rendono vispe le fibre, ed attivano le funzioni.

4. La perdita dell'appetito, e le digestioni stentate sono anche de' motivi che passano far richiedere l'uso del bagno di mare. Quelle persone, che o per vita

sedentaria, ed inerte; o per effetto di altre circostanze ànno poco appetito, digeriscono a grave stento, avvertono peso di stomaco dopo pranzo, ànno sviluppo di flati, e si sentono oppresse, la mercè del bagno di mare si possono rimettere perfettamente in salute, ed ottengono vie meglio l'intento se bevono dell'acqua marina.

E conosciuta la risposta, data da un Lacedemone a quel Re di Siracusa che si lagnava del poco effetto della salsa nera. Vi manca, disse colui, certo condimento — e quale? soggiunse questi — l'appetito, ripigliò il primo, dato dall'esercizio, e dal nuotare nell'Eurota.

5. Inoltre vi sono altre persone le quali per niente e per nulla sudano abbondevolmente, con manifesto danno della salute; or esse possono ricavare molto profitto dai bagni di mare sì perchè astringono la pelle; e sì perchè fan ripiombare le azioni organiche sulle intestina; il quale scambio, come si conosce, fa moderare quel difetto della pelle.

6. Dippiù coloro che sono afflitti dall'ipocondria, e che si ravvisano al volto mesto; al colore smorto del viso, all'oppressione delle forze ec., ne possono fare uso; perchè la novità delle impressioni sicuramente farà sviarli, ed allontanarli da questo stato.

7. Riesce anche profittevole agl'individui scrofolosi, i quali son contraddistinti dalla cute levigata, da una debolezza macchinale, dai capelli biondi, dal labbro superiore enfiato, e da simili altre cose.

8. Finalmente possono ricorrere al bagno di mare quelli che patiscono di sviluppo di flati nelle intestina e nello stomaco, le donne sterili; poichè è facile che risentano qualche buono effetto dalle mutazioni, indotte dall'acqua; in somma ogni persona, purchè non abbia nessuna delle circostanze che andremo a riferire nel seguente articolo, ne può usare a suo bell'agio.

Stimiamo avvertire, che vi sono moltissime malattie che potrebbero richiedere i bagni di mare, ma di esse noi non possiamo parlare; tanto perchè riusciremmo lunghi e stucchevoli, quanto perchè sarebbe cosa fuori del disegno di questa scrittura; ed anche perchè in questi casi bisogna sentirsela con sapiente professore.

ARTICOLO IX.

CIRCOSTANZE CHE VI SI OPPONGONO.

Vi è un immenso numero di circostanze, che possono inibire l'uso del bagno di mare. Primamente vi sono alcune funzioni

del corpo; così mentre si effettuisce la mestruazione è pericoloso andarsi a tuffare nelle acque, poichè in grazia di quella virtù astringente e ripercussiva, resterebbe contrariata con gravissima iattura della salute e della vita: consimil danno, per consimil cagione, potrebbero provare gli emorroidari in tempo dello scolo, o del parossismo, ed a questo proposito riporterò due osservazioni: il perito medico, e bravo amico Prof. Ordine ci narrava, che passando per Diamante un personaggio illustre, volle dimorarvi per alcun tempo è profittare de' bagni di mare, egli era emorroidario; nè si trattenne dal bagnarsi quando gli era apparso il flusso; ma molti incomodi furono la conseguenza di sua negligenza: noi consigliamo un nostro cliente ad astenersi dai bagni di mare, quando aveva lo scolo moroidario, ma egli, trascurato il nostro avviso, come si levò dalle acque andò incontro a difficoltà di respirare, dolori, febbre ed altri patimenti, cui dovemmo ovviare con opportuni mezzi.

I bagni sono proibiti anche in tempo della digestione perocchè divagano, e scompigliano quegli atti vitali che utilmente si erano rannodati nello stomaco; epperò le indigestioni, i rutti, le acidità, le inappetenze, e la diarrea sogliono seguire a tale disturbo, a meno che una costituzione

forte non vi si opponghi. Similmente non si debbono praticare in tempo della traspirazione, poichè ne potrebbe derivare un funesto sbilancio di azioni sui visceri interni; io conobbi un giovine il quale ritirandosi di campagna tutto sudato, andò a diguazzare nel vicino mare: non trascorse la sera che fu preso da febbre tifoide, e perì fra pochi giorni. Tra le funzioni vi è ancora la gravidanza, la quale impedisce di bagnarsi nelle acque, perchè a causa di que' tumulti che suscitansi potrebbero accadere aborti, ed altri inconvenienti.

Inoltre dobbiamo dire qualche cosa dell'età. Gli antichi avevano il costume di tuffare nelle acque i neonati, perchè credevano che per tal modo divenissero più forti (1): nella Scozia anche nel più rigido inverno praticano ciò (2), e nella Polonia i bambini vengono lavati due volte al giorno dal momento in cui nascono sino all'età di due anni (3). Pertanto avuto riguardo alla temperatura caldissima dell'utero, ed alla fredda delle acque, riesce facile il comprendere, che questo scambio istantaneo deve ritornare nocivo: quindi crediamo bene adattato che si

(1) Galen. De Tuenda Sanit. Lib. I Cap. VII.

(2) Roncali Med. Britan.

(3) Lambert. Storia gen. dei viaggi.

evitino i bagni di mare dai bambini sensibili, teneri, e delicati; che se sono robusti, e vispi possono usarli.

Intorno alla vecchiezza ecco quel che dice Rostan. « L'organizzazione del vecchio risulta ancora più opposta all'uso del bagno freddo di quella del bambino, l'induramento dei tessuti è già tanto considerevole da doversi temere di accrescerlo, e tanto grande risulta la tendenza alle affezioni cerebrali, e specialmente alle congestioni, alle apoplessie, al rammollimento, da essere cosa ragionevolissima il paventare taluno di siffatti accidenti. La produzione del calore riesce in loro così difficile, le eruzioni cutanee tanto frequenti, e le ipertrofie del cuore sì numerose, del pari le soffocazioni, e gli altri tristi accidenti che ne sono inseparabili, da doversi ritenere che il bagno freddo sia loro affatto contrario ». Pertanto quando trattisi di una vecchiezza vegeta, nè molto inoltrata, e priva di male disposizioni, se ne potrebbe fare moderato uso.

Finalmente vi sono talune disposizioni morbose, ed alcune malattie che controindicano l'uso del bagno di mare. Tali sarebbero la disposizione all'apoplessia, agli sbocchi di sangue; i fiori bianchi, i sudori abituali (1), le impetigginì,

(1) Una mia gentilissima cliente pativa di abbon-

l'emorragie, i dolori di capo, le tossi, l'asma, l'affanno, il vomito abituale, la diarrea, la podagra, le febbri, il reumatismo, la sifilide, e tutte le altre malattie.

ARTICOLO X.

REGOLE PEI BAGNI.

Nel torre i bagni di mare vi à certe regole, a cui conviene attendere seriamente, affinchè procedessero bene gli effetti che se ne aspettano; e noi, dovendone discorrere, ne formeremo tre classi: nella prima parleremo delle regole che bisogna tenere pria del bagno, nella seconda di quelle cui conviene attendere durante il bagno, e nella terza delle ultime cui fa' uopo badare dopo del bagno.

Regole prima del Bagno

1. Prima di determinarsi all' uso del bagno fa uopo che si consulti un buon professore, il quale, esaminate le circostanze della salute e del corpo, saprà dare buone norme.

2. Fa che siano eseguite tutte le fun-

devoli sudori ai piedi; epperchè le proibii il bagno di mare: ma là ad ogni patto voleva prenderli; non potendo far altro la consigliai che innanzi del bagno si avesse unti i piedi con spermaceto, mandeca, od altra cosa untuosa: così praticò, e godette del bagno, senza nocumento de' sudori, perchè quelle sostanze grasse ripellevano l'acqua.

zioni, ed il corpo fosse perfettamente libero da ogni impiccio; epperchè si facciano passare almeno due ore dopo essersi levato di letto; e cinque dopo la digestione.

3. Sebbene l'ora del bagno fosse stata diversa a tenore delle nazioni; pure noi non la limitiamo, ma sia a disgretezza delle persone; purchè il corpo sia libero d'ogni faccenda. Quindi tanto il mattino, quanto il mezzogiorno, e la sera si può torre il bagno; però le ore più adattate pare che siano le antimeridiane.

4. È utile l'esercizio innanzi di bagnarsi, ma non portato a tale, che riscaldi la persona, e produca sudori: se si è sudato conviene asciugarsi ben bene coi lini, indi stare esposto per poco all'aria; e poscia scendere nelle acque, affinchè tutto andasse gradatamente.

5. Gli emorroidari, e le mestruali debbono aspettare almeno un tre giorni dopochè è finito il loro scola, ed astenersene quando da lì a pochi giorni è per pollare il sangue mestruo o moroidario, ovvero è per svegliarsi il parossismo emorroidario.

6. Non bisogna far uso del bagno dopo le maree, e quando il tempo è disturbato, poichè le condizioni delle acque si mutano sensibilmente.

7. Si debbe scegliere un sito che fosse distante dalle imboccature de' fiumi , o dai porti, ove l'acqua suol essere sporca, ed anche al coperto dal sole; e se tanto comodo non si avesse, almeno tenere il capo difeso con appositi cappelli; perocchè diversamente i raggi del sole non tarderebbero a disporre qualche raccolta di umori nel capo.

8. Coloro che scendono dai paesi montuosi ai maremmani per godere de' bagni, è utile che arrivativi, siano un quattro o cinque giorni sì per rassettarsi dal viaggio; e sì per avvezzarsi un poco al nuovo clima, ed all'aria marina.

9. Buchand precetta che non si prendessero i bagni quando la sera antecedente si è ballato sino a notte avanzata, e siavi stato sonno breve, che non abbia potuto rifocillare le fibre; e li proibisce anche dopo i lunghi esercizî.

10. Alcuni vorrebbero che i bagnanti si preparassero con vomitivi, purgativi, salassi ed altre medicine; però questo consiglio debbe adattarsi secondo le circostanze; in modo che, se vi sono fenomeni che li richiedono se ne può fare uso; mentre che se il corpo è sano non si deve sottoporre a veruna cosa; e quando corresse il bisogno di sbarazzare il corpo si potrebbe far uso di dieci o dodici once

della stess' acqua marina commistà ad un pò di decotto di orzo, o anche a qualche sciroppo.

41. Finalmente pria di scendere nel bagno bisogna andare allegro è scevro di ogni pensiero e melanconia; perocchè così saranno vie più utili gli effetti che se ne aspettano.

Regole durante il Bagno

Alcuni pretenderebbero che i bagnanti si tuffassero ad uno tratto, ed intieramente nelle acque, perocchè così, secondo essi, si evitano de' risalti sanguigni nel capo. Altri però considerano essere questo uso contro natura e dannoso, perocchè, anzichè schivare le tendenze sanguigne, si favoriscono per l'interruzione che soffre il cammino del sangue. Però questi pensamenti ove volessero tenersi esclusivamente sarebbero egualmente erronei; epperciò senza dilungarci in noiose discussioni, stabiliamo, che sia utile tuffarsi intieramente nelle acque anche col capo; ma bisogna levarsi tosto a respirare l'aria, o meglio: bagnare soltanto la parte capillata con l'acqua; Cullen rapporta, che una signora lagnavasi di dolori di testa ogni volta che si bagnava, i quali erano protervi ad ogni rimedio, e solo finirono quando le prescettò di bagnarsi il capo. Intorno al git-

tarsi ad un tratto nelle acque ovvero scendervi gradatamente, è a riflettere che gli individui assai sensibili potrebbero provare forti scompigli dal primo modo, mentre il secondo sarebbe più sicuro. Quindi pare, che sia vantaggioso di scendere gradatamente nel bagno, ed andarsi vie via aspergendo di acqua; poscia bagnarsi il capo.

È dannosissimo uso quello che ànno alcuni di lasciarsi cadere nel mare da luoghi alti; perocchè il corpo riceve dei fatali urti, soprattutto se cadono di petto; perchè offre maggiore resistenza.

Nel bagno conviene nuotare, o eseguire dei movimenti; perocchè in questo modo si combinano così bene i suoi effetti che nulla più: essi impediscono il raffreddamento del corpo, e mantengono una temperatura eguale; però non bisogna portarli al di là di certa misura, perchè infiacchirebbero le forze.

Intorno alla durata, non si può stabilire niuna cosa di particolare, perocchè debb' essere proporzionata alla particolare tempera e costituzione di ogni persona; cosicchè alcuni possono dimorarvi per più lungo tempo, ed altri meno. Se non che nel nostro corpo vi ànno certi sentimenti, i quali indicano la soddisfazione, ed il fine di alcuni bisogni; così per modo di

esempio la sazietà indica il fine dell' appetito ; la stanchezza dell'esercizio ; certa svogliatezza e noia , della veglia , e così di altre cose ; parimenti nel bagno non tardano ad accadere alcuni fenomeni che indicano essere già avvenuti que' cambiamenti che bisognavano , e doversi uscire dalle acque ; siffatti fenomeni sono il ritorno de' brividi , una certa lassezza , qualche giramento di capo , ecc. Quindi senza limitar tempo , quando s' incominceranno a suscitare siffatti fenomeni , e più se sono intensi , conviene uscire dal bagno.

È facile poi il comprendere che i robusti , gli uomini , gli abituati , e simili possono dimorare nelle acque più che i deboli , le donne , ed i non usati.

Regole dopo del Bagno

Affin di evitare quel freddo intenso che si prova al contatto dell'aria , per le ragioni dette precedentemente , fa uopo ammantellarsi con un lenzuolo ; chè così s'impedisce lo svaporamento dell'acqua , e quindi la sensazione spiacevole del freddo ; e poscia andarsi vie via asciugando , e vestendo.

Dopo del bagno sogliono continuare alcune molestie , e soprattutto i giramenti ed i dolorette di capo : facciasene poco conto ; perchè come si rassetterà la circo-

lazione , e le funzioni ritorneranno nello stato primiero , termineranno.

Dopo il bagno è utile un breve riposo, affinchè si rassettino i movimenti del corpo , e poscia si può continuare in esso, ovvero darsi a moderatissimo esercizio : non è disutile rifocillare leggiermente lo stomaco , od anche bere qualche cosa rinfrescativa.

La frequenza del bagno sarà regolata secondo lo stato macchinale di ciascuno, e gli effetti che se ne sperimentano ; di guisa che vi sono persone che si bagnano con profitto per due , tre e più volte al giorno , ed altre che ne debbono fare uso ogni due o tre giorni. In generale è regolare di prendere un bagno la mattina, ed un'altro la sera.

Nemmeno si può limitare il numero dei bagni , i quali debbono essere diversi a tenore di mille circostanze.

GIUNTA

SOCCORSI PER GLI ANNEGATI.

Accade ben sovente , che l'uomo ritrovi cause di malattie e di morti , in quelle stesse cose che servono a sostenere la vita , e rinvigorire la sanità. I bagni di mare che per la piupparte sono oggetto di divertimento , per taluni di-

sgraziati son motivi di lutto ; l'ignoranza di quel semplice esercizio , che noi diciamo nuoto , a molti costa la vita ; perocchè per poco che non usino attenzione a mantenersi vicino al lido , o ne vengono allontanati dalle onde , immantinenti affogano nelle acque. E vuolsi avvertire che le disgrazie di annegamento sono più frequenti in tempo de' bagni ; perchè sono più frequenti le occasioni di bagnarsi. Questo argomento che tanto interessa la pubblica salute richiamò l'attenzione di tanti egregi , fra'quali rimembrerò il Tissot , che credette , non che opportuno ; necessario di scrivere alquante carte sui soccorsi per gli annegati ; e la civiltà de' nostri tempi è ita tant'oltre , che ha fatto intendere l'animo de' reggenti dei popoli su di esso argomento ; talchè in molte parti sonovi società particolari , che di tutto zelo e premura attendono a richiamare in vita gli annegati : ed il venerabile Corpo di Città della nostra Napoli , che a tanti pregi , unisce carità somma, già à statuito graziosamente i soccorsi per le asfissie. Perlochè avrei lasciato un voto considerevole in queste pagine , ove non fossi venuto nel divisamento di dire alcuna cosa sui soccorsi da prestarsi agli annegati.

I. Sia qualunque il tempo che l'annegato

abbia dimorato nelle acque, mai sempre è prudenza di tentare di riaverlo; sì perchè la morte dell'annegato fino ad un certo punto è incompiuta, e non esclude la possibilità del ritorno in vita; e sì perchè il tentar non nuoce, come suolsi dire comunemente. Se non che quando sienti segni sicuri di morte, allora bisogna torsi dall'impresa. Siffatto tempo non è affatto valutabile, perocchè è diverso a tenore di molte circostanze; cosicchè talvolta è avvenuto che si è riavuta quella vita che era stata sopita da lunga pezza, ed all'opposto si è spenta completamente quell'altra che era rimasta oppressa di eorto.

II. Molti supponendo, che la vera causa della morte dell'annegato stesse nell'acqua scesa nello stomaco, precettarono doversi innanzi ogn'altra cosa capovolgere il paziente, e scuoterlo affinchè vomitasse l'acqua, e quindi si riavesse. Ma questo pensiero non solamente è sghembo, ma benanche è dannoso.

È sghembo perchè primamente è difficile l'entrata dell'acqua nello stomaco; secondariamente la quantità che può inghiottirsi non potrebbe cagionar la morte; e finalmente con l'indicata manovra non è possibile che l'acqua esca dallo stomaco, il quale è tanto tenace e stretto a

ritenere le cose che vi capitano , che tu , per vuotarnelo , devi ricorrere a potenti vomitivi.

È dannoso perchè con que'scotimenti si alimenta , e favorisce lo stivamento del sangue nel cerebro , che è la vera causa di quell'assopimento della vita. Adunque si eviti peggio del cane e del serpente cotesta usanza.

III. Comechè la vera origine dell'asfissia per annegamento è in prima la respirazione impedita , e poscia il soffermamento del sangue nel cerebro ; così per far riavere le funzioni e la vita , conviene mirare a sgravare il capo dal sangue stagnatovi , ed a ridestare le fibre con varii argomenti stuzzicativi.

1. Si avrà cura di spogliare l'annegato , se mai fosse vestito ; indi si metta in un letto ben caldo , o dinanzi ad un fuoco grande , o , quando tutt'altro manchi , si esponghi ai raggi del sole.

2. Si fregnerà fortemente per molto tempo con pannilini riscaldati , o anche imbevuti di aceto , spirito di vino , con entrovi un po di sale ; o di altre sostanze irritative.

3. Si applichino sulla regione del cuore , e dello stomaco le cose spiritose e volatili , come l'etere solforico , il liquore anodino , l'acquavite canforata , l'acque

di menta , o di melissa , il vino , l'aceto e simili.

4. Immantinenti si aprano le vene del braccio , o quelle del collo ; o si applichino le sanguisughe dietro le orecchie ; o si menino le coppe a taglio su per le spalle. Siffatti salassi giovano assaissimo perchè sgomberano direttamente la cagione dell'asfissia; epperchè si debbono praticare o contemporaneamente o prima di ogni altro mezzo.

5. Un uomo robusto , e sano , applicando labbri a labbra , fiati di tutta possa nella bocca dell'annegato ; e per riuscire vie meglio all'intento si otturino le narici di costui , affinchè il fiato non si disperda , e vada tutto ne' polmoni , e gli stigasse al moto. Questo mezzo è di massima importanza ; perchè come si muovono i polmoni ritorna la vita : dimodochè assaissime osservazioni ci fan certi , che molti annegati si riebbero issosfatto , coll'averli soffiati fortemente in bocca. Quando non si arriva con questo mezzo bisogna fare un'incisione secondo le regole nell'asprarteria, e per essa soffiare ne' polmoni.

6. È utilissimo di fare entrare negl'intestini grossi del fumo di tabacco , o di altra cosa qualunque. Per tale oggetto vi sono molte macchine comodissime , ma siccome sono un poco rare , o non si possono aver

subito ; così si può fare uso di una cannella da botte , od altra canna , la quale , per una estremità metta nell'ano , e per l'altra nel vuoto di una vescica con cui si liga ben bene ; essa vescica corrisponde dall'altra parte , per un foro praticatovi , ad un imbuto di ferro bianco , sotto del quale si brucia il tabacco. E quand' anche non si potesse avere nè questo ripiego , nè il fumo del tabacco , basterebbe la sola introduzione dell'aria semplice , la quale si fa per mezzo di un cannello qualunque.

7. S'introducano nelle narici delle cose stimolative come un po' di ammoniaca , o di polvere di salvia secca , ramerino , ruta , menta , tabacco , majorana ec. , o anche i fumi di siffatte erbe , o finalmente si strofinino colle barbe di una penna , o simili. Questi soccorsi ove riescono a titillare i nervi delle narici , possono produrre lo starnuto che sarebbe movimento di azione e di vita : però bisogna avere l'avvertenza di praticarli dopo i salassi , perchè allora i nervi sono più atti a risentire le impressioni.

8. Quando il paziente avrà cominciato a dar segni di vita , bisogna volgere l'attenzione e fargli inghiottire qualche cosa stimolativa , come un pò di infuso di salvia , di comomilla , di brodo , e anche

l'acqua tiepida. Si eviti il vino robusto che tenderebbe sul cervello; si evitino pure i vomitivi, sebbene siano stati commendati da molti. Piuttosto sono utili i purgativi, e soprattutto l'olio di tiglio.

Questi mezzi si debbono praticare prontamente, e per lungo tempo; nè bisogna lasciarli se non quando l'annegato si è riavuto completamente. Secondo le impressioni prodotte dall'annegamento, rimangono talune magagne o indisposizioni, come dolor di capo, febbri, oppressioni di petto, e simili. Intorno a ciò non diremo nulla, perchè metteremmo la falce nella messe altrui, solo avvertiamo, che si debbono curar presto, poichè possono dar luogo a tristi conseguenze.

Nuoto.

Tale è la condotta da tenersi nel far rivivere gli annegati; ma ben sovente non si ottiene l'intento; perciò si scorge la necessità del nuoto che previene tanta disgrazia. Chiunque per poco si facesse a contemplare la semplicità di questo esercizio, e la grande utilità cui mena, non potrebbe non danneggiare coloro, che intenti a tutt'altri esercizi, il trascurano: giustamente i Romani, purchè non sapevi nuotare, ti dicevano *neque literas neque natare scis*. Per la qual cosa non sarà del tutto inutile di cennare alcuna cosa intorno al nuoto.

Il nostro corpo è più pesante di un egual volume di acqua; epperò per mantenersi a galla deve vincere quel po di peso con fare de' movimenti con le braccia e le gambe; ma questi movimenti denno essere ben combinati e diretti: primamente il corpo debbe situarsi in posizione orizzontale con il ventre in sotto; e poi le gambe debbonsi raccorciare e stendere, per modo che l'acqua è spinta, e reagisce sul corpo del nuotatore; e le braccia allargare come per dividere le acque: alcuni levano i piedi e le braccia sulla superficie del mare, e poi le rituffano, e fanno miglior opera perchè vi è più riazione per parte dell'acqua: in ogni modo il tronco rappresenta un battello e gli arti i remi.

Una manovra così semplice, e che per gli animali è naturale; riesce difficile per l'uomo, in modo che se pria non è ammaestrato, egli non sa nuotare: la cagione di ciò sta in una paura insita, la quale dirò così fa impicciolire il corpo, e venir meno le forze e l'abilità; gli animali che non provano questo effetto quando sono gittati nelle acque fanno de' movimenti come per svilupparsene, e vanno a galla. Siffatta sicurezza e necessaria, e si acquista con l'esercizio, e con breve istruzione; perciò si usa di sostenere il corpo del nuotatore con le braccia di un'altro, ovvero se gli fa passare per sotto il

petto una fune che ai suoi capi abbia due cocozze vuote, o due massi di suvero, o altra cosa che faccia andare a galla; perchè così si mantiene il corpo, e si possono eseguire movimenti.

FINE.

INDICE.

INTRODUZIONE	pag. 3
ART. I. Origine dei bagni	5
ART. II. Schizzo storico	6
ART. III. Proprietà fisiche dell'acqua di mare .	13
ART. IV. Proprietà chimiche	16
ART. V. Fenomeni che produce nel nostro corpo il bagno di mare	20
Fenomeni durante il bagno	21
Fenomeni dopo del bagno	24
ART. VI. Effetti dell'acqua di mare bevuta .	25
ART. VII. Modo di agire	26
ART. VIII. Casi in cui si può fare uso de' bagni .	27
ART. IX. Circostanze che vi si oppongono .	30
ART. X. Regole pei bagni	34
Regole prima del Bagno	ivi
Regole durante il Bagno	37
Regole dopo del Bagno	39
SOMMA. Soccorsi per gli annegati	40
NOTE	40

ART
1316423